

Mon tableau de motivation

Le tableau de motivation ou d'émulation est un outil précieux pour modifier un comportement indésirable chez un enfant. Voici un exemple pour vous inspirer. Consultez l'article complet pour savoir comment bien l'utiliser:

<https://aidersonenfant.com/favoriser-les-bons-comportements-a-laide-du-tableau-de-motivation/>

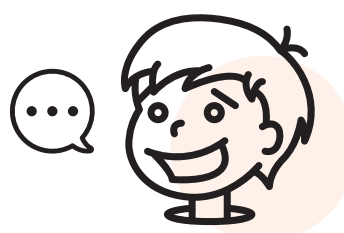
Mes comportements à la maison



Quand je suis
fâché



Je me calme
en respirant



Je m'explique
avec des mots

Tu es capable d'y arriver! Nous sommes fiers de toi!

Lorsque je suis fâché,
je prends une grande
respiration.



Je m'explique avec
des mots.



Récompenses relationnelles choisies avec l'enfant

- Je choisis mes vêtements de la journée.
- Je choisis l'activité familiale de la fin de semaine.
- Je choisis le jeu pour jouer avec papa.
- Je choisis le jeu pour jouer avec maman.
- J'aide maman à faire la cuisine.

